# SOLO BIMBY e fantasia

dall'antipasto al dolce
realizzati solo con Bimby

# ANTIPASTI

## ZUCCHINE TRIFOLATE

**Ingredienti per 4 persone**
1 kg di zucchine piccole e fresche
3 tuorli d'uovo
50 g olio extravergine di oliva
30 g aceto di vino
1 mazzolino di prezzemolo
sale e pepe q.b.

Lavare e tagliare le zucchine per il lungo. Nel boccale tritare il prezzemolo con lame in movimento vel 5 per 15 sec, unire l'olio inserire la farfalla e le zucchine, brasare: 15 min 100° vel 1.
Preparare in una ciotola i 3 tuorli mescolare con l'aceto, il sale e il pepe.
Togliere la farfalla, ed eliminare il liquido eccedente (lasciando le zucchine nel boccale), versare sulle zucchine il composto di uova e aceto: 5 min temp. Varoma vel 1.
Le uova devono risultare leggermente coagulate. Versare il tutto su un piatto da portata e servire freddo.

## UOVA IN CREMA DI CARCIOFI

**Ingredienti per 4 persone**
450 gr di fondi di carciofo
1 spicchio d'aglio
1 cucchiaino di prezzemolo tritato
30 g olio extravergine di oliva
1 limone
4 uova sode
50 g di vino bianco secco
sale e pepe q.b.

Mettere a bagno  i fondi di carciofo in acqua acidula con limone, tagliarli a tocchetti. Posizionare la farfalla nel boccale,versare l'olio, i carciofi,l'aglio, il vino, il sale e il pepe, cuocere: 15-20 min 100° vel 1. Togliere la farfalla.
Aggiungere il prezzemolo tritato e lasciare raffreddare nel boccale.
Tagliare a metà le uova sode, togliere il tuorlo e unirlo ai fondi di carciofo nel boccale, frullare: 1 min vel 5-7. Togliere e mettere da parte. Farcire le uova con il composto di carciofi, metterli in un piatto da portata decorato con gambi di prezzemolo e fettine di limone.

## CROSTINI ALLA CREMA DI CARCIOFI E TONNO

**Ingredienti per 4 persone**
4 carciofi
4 fette di pane tostato
200 g di tonno all'olio di oliva
200 g di fagiolini fini
30 g olio extravergine di oliva
2 coste di sedano
1 limone
500 g di acqua
sale e pepe q.b.

Pulire, lavare accuratamente i carciofi (solo il cuore)lasciandoli per 15 min a riposo in acqua acidula. Nel boccale inserire l a farfalla, versare l'olio e i carciofi tagliati a spicchi, cuocere 20-30 min 100° vel 1 e mettere da parte.
Preparare nel cestello i fagiolini lavati e mondati, versare l'acqua nel boccale con un pizzico di sale, introdurre il cestello nel boccale e cuocere 30-40 min 100° vel 1. Togliere il cestello lasciando raffreddare i fagiolini. Nel boccale pulito e raffreddato, versare i carciofi, i fagiolini, le coste di sedano, il tonno, un pizzico di sale e di pepe, frullare. Vel 5-8 per 1 min fino ad ottenere una crema. Spalmare il composto sulle fette di pane tostato e servire.

## RAPE GLASSATE

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di piccole rape
60 g di olio extravergine di oliva
200 g di brodo vegetale
30 g di zucchero semolato

Lavare le piccole rape e lasciarle intere. Nel boccale, inserire la farfalla, versare l'olio e le rape e rosolare 5 min 100° vel 1, versare lo zucchero e il brodo vegetale

continuare la cottura 30 min 100° vel 1 (controllare che il sugo riducendosi abbia formato la glassa). Versare in una pirofila e servire sia calde che fredde.

## GAMBERI AL SEDANO E MELA

**Ingredienti per 4 persone**
600 g di gamberi sgusciati o code di gamberi
200 g di cuore di sedano
1 mela renetta grande
1 cuore di lattuga
50 g olio extravergine di oliva
1 limone
500 g di acqua
sale e pepe nero q.b.

Lavare i gamberi e metterli nel cestello. Nel boccale versare l'acqua, una fettina di limone e un pizzico di sale, portare a bollore: 6 min 100° vel 1.
Posizionare il cestello con i gamberi e cuocere 2-3 min 100° vel 1, togliere e lasciare raffreddare a parte.
Tagliare a dadini la mela e il sedano. Nel boccale pulito preparare una vinaigrette con succo di limone, olio, sale e pepe, emulsionare 10 sec vel 3. In una terrina unire i gamberi sgusciati, la mela e il sedano. Sistemare al centro di ogni piatto due foglioline di lattuga, al centro di essa mettere due cucchiai di insalata di gamberi, mele e sedano, conditi con la vinaigrette.

## CIPOLLE ROSSE RIPIENE

**Ingredienti per 4 persone**
2 cipolle rosse
1 scatola di fagioli bianchi di Spagna
50 g olio extravergine di oliva
50 g brodo vegetale bimby
3 rametti di timo
1 spicchio di aglio
1 piccolo peperoncino
sale e pepe q.b.

Mondare le cipolle e metterle a bagno in acqua tiepida per 10 min.
Rosolare aglio, i rametti di timo, peperoncino e 30 g olio 3 min 100° vel 2.
Aggiungere i fagioli privati della loro acqua e sciacquati, insaporire,aggiustare di sale e pepe: 3 min 100° vel 1.

Versare il brodo vegetale bollente 10 min 100° vel 1, togliere dal boccale i rametti di timo, frullare 1 min vel 7-8.
Togliere il composto e mettere a parte.Aprire le cipolle a metà,sfogliarle delicatamente, riempirle con il composto e decorare con un rametto di timo, posizionarle nella campana del varoma. Versare 600 g di acqua nel boccale un pizzico di sale, posizionare il varoma e cuocere: 20-30 min temp. Varoma vel 2, irrorare con un filo di olio extravergine di oliva. Servire le barchette di cipolle rosse ripiene di crema di fagioli calde o completamente fredde.

## PERE ALLA CREMA DI RICOTTA

**Ingredienti per 4 persone**
4 pere abate
200 g di acqua
100 g vino bianco secco
1 limone (solo succo)
200 g di ricotta
1 cucchiaino senape
2 cucchiai di yogurt cremoso
1 cucchiaio di grappa
8 gherigli di noce
8 foglie piccole di lattuga
sale q.b.

Sbucciare le pere, tagliarle a metà e scavarle leggermente, passarle nel succo di limone e disporle nella campana del varoma.
Versare il vino e l'acqua nel boccale, posizionare il varoma e cuocere 20-30 min temp varoma vel 2 (la cottura dipende dalle pere). Togliere e mettere da parte a raffreddare. Nel boccale pulito, ricotta, yogurt, grappa e senape, aggiustare di sale e amalgamare 30 sec vel 3-4. con questo composto farcire le mezze pere. Preparare il piatto da portata con le foglie di, lattuga lavata ed asciugata, adagiarvi le pere farcite e decorare con sopra il gheriglio di noce. A piacere mettere il composto in una tasca per dolci con bocchetta a stella e riempire la cavità delle pere.

## GAMBERI AL PROFUMO D'ARANCIA

**Ingredienti per 4 persone**
350 g di gamberi o code di scampi
2 arance
1 spicchio d'aglio
1 mazzolino di erba cipollina
1 pezzetto di zenzero

40 g di olio extravergine di oliva
1 fetta di limone
600 g di acqua
sale e pepe q.b.
Preparare i gamberi sgusciati e lavati nella campana del Varoma. Versare l'acqua nel boccale, il sale e la fetta di limone, posizionare il varoma e cuocere 10 min temp varoma vel 2. Mettere da parte in un piatto da portata.
Preparare una vinaigrette: nel boccale pulito, aglio, erba cipollina, un pezzettino di zenzero, il succo di un'arancia e l'olio frullare 20 sec vel 5-6. Versare la vinaigrette sui gamberi. Pelare a vivo l'arancia rimasta, tagliarla a fettine e contornare il piatto, unendo qualche filo di erba cipollina. Servire fresco.

## UOVA IN ROSSO

**Ingredienti per 4 persone**
100 g di maionese come da ricetta base
1 cipollina bianca fresca
600 g di acqua
4 uova
1 vasetto di uova di lombo rosse
1 cucchiaio di panna
1 cespo di lattuga
sale e pepe q.b.

Preparare una dose di maionese come da ricettario base e mettere da parte.
Mettere le uova nel cestello,l'acqua nel boccale con un pizzico di sale,inserire il cestello e cuocere: 13 min 100° vel 2.
A cottura ultimata,passare le uova sotto l'acqua corrente,sgusciarle,tagliarle a metà per il lungo,togliere i tuorli e mettere da parte le vaschette di albume cotto.
Nel boccale pulito con lame in movimento a vel 3-5 tritare la cipolla finissima, portare a vel 1 e unire 2/3 del lombo, i tuorli cotti,la maionese,la panna,salare e pepare, amalgamare 15 sec vel 2.
Farcire le vaschette di albume con il composto. Preparare le foglie di lattuga lavate e asciugate,metterle su un piatto da portata,adagiarvi sopra le uova farcite e decorare con le uova di lombo tenute a parte.

## MOUSSE DI CAPRINO

**Ingredienti per 4 persone**
250 g di formaggio caprino fresco
3 rametti di timo
50 g di vino bianco brut

1 mazzolino di erba cipollina
1 filone di pane tagliato a fette
1 grattugiata di zenzero a piacere

Versare il vino nel boccale,aggiungere il timo e scaldare 3 min 80° vel 1 .
Unire il formaggio, lo zenzero e l'erba cipollina tagliata a filetti: 30 sec vel 3.
Servire la mousse su crostini di pane caldi.

# INSALATE

## INSALATA DI FARRO E POLLO

**Ingredienti per 6 persone**
250 g di farro
300 g di petto di pollo
1 mazzetto di rucola
20 g di pinoli
40 g di mandorle
40 g di olio extravergine di oliva
succo di un limone
sale e pepe q.b.

Versare 700 g di acqua nel boccale,un pizzico di sale e il farro.
Preparare il petto di pollo oliato nella campana del varoma, posizionarlo e cuocere 30 min temp varoma vel 1 (se bolle troppo forte abbassare la temp a 100°).
A cottura ultimata,colare il farro e versarlo in una terrina,tagliare a listarelle il petto di pollo e unirlo al farro.
Ne l boccale pulito tritare le mandorle con due colpi di turbo e tostare 2 min 100° vel 1.
Lavare a asciugare la rucola,tagliarla e unirla con i pinoli e le mandorle tostate al farro e pollo.Condire il tutto con olio,succo di limone ,sale e pepe e servire.
Consiglio: questa insalata può essere utilizzata come piatto unico.

## VERDURE AL PROFUMO DI TIMO E LIMONE

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di cavolini di Bruxelles
300 g di zucca

3 piccoli porcini o champignons
2 rametti di timo
1 ciuffo di prezzemolo
1 spicchio di aglio
40 g di olio extravergine di oliva
2 cucchiai di aceto
500 g di acqua
1 fetta di limone
1 pizzico di sale e pepe

Mondare,lavare i cavolini e tagliarli in 4 parti,la zucca e mondata e tagliata a fettine.Sistemare i cavolini nella campana del varoma,la zucca nel vassoio del varoma;versare nel boccale l'acqua,il limone e un pizzico di sale. Posizionare il varoma,cuocere 20-25 min temp varoma vel 1.
Terminata la cottura sistemare le verdure in un piatto grande da portata.
Pulire i funghi e tagliarli a fettine,unire alle verdure.Nel boccale pulito olio,aglio,timo,prezzemolo,aceto,sale,pepe,emulsionare 4 min 80° vel 3.
Versare il condimento caldo sulle verdure mescolando delicatamente.
Consiglio:queste verdure sono ottime accompagnate da un pane alle noci.

## INSALATA DI CAVOLFIORI E MANDORLE

**Ingredienti per 4 persone**
1 piccolo cavolfiore
1 spicchio di aglio
12 mandorle
1 pomodoro concassè
10 olive nere snocciolate
il succo di un limone
30 g di olio extravergine di oliva
sale q.b.

Dividete il cavolfiore a cimette privandolo del torsolo,lavarlo e tagliare le cimette a fettine sottili e mettere in una terrina.
Nel boccale,mandorle sbucciate,olive snocciolate,spicchio di aglio e tritare 10 sec vel 4-5 .
Aggiungere il succo di limone,l'olio ,il sale 3 min 70° vel 2 .
Versare la salsina sul cavolfiore,aggiungere il pomodoro,mescolare delicatamente e servire.

## INSALATA GOLOSA

**Ingredienti per 4 persone**
100 g di cicorino o valeriana
100 g di funghi freschi porcini o champignons
2 zucchine freschissime
1 finocchio
2 cucchiai di gherigli di noce
1 cucchiaio di nocciole
il succo di due arance
1 mazzolino di prezzemolo
20 g di olio extravergine di oliva
sale q.b.

Lavare il cicorino e unirlo alle altre verdure e ai funghi ben lavati e tagliati a fettine sottili.
Ne l boccale preparare una salsina tritando:noci,nocciole 10 sec vel 5 ,unire il prezzemolo con lame in movimento vel 5 per 10 sec.
Unire il succo di arancia, l'olio, il sale e emulsionare 10 sec vel 2. versare sulle verdure,mescolare delicatamente e servire.

## CAVOLFIORE AGLI AGRUMI

**Ingredienti per 4 persone**
1 piccolo cavolfiore
2 limoni
2 arance
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
20 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe q.b.

Mondare il cavolfiore eliminando le foglie più dure e parte del torsolo e immergere le cimette in acqua acidulata con il succo di un limone. Tagliare le cimette a fettine sottili e metterle in un piatto da portata. Preparare nel boccale una vinagrette con il succo di un'arancia e un limone, l'olio, il prezzemolo, un pizzico di sale e pepe, emulsionare 10-15 sec vel 3,versare sulle cimette di cavolfiore.
Pelare a vivo l'altra arancia,tagliarla a fette sottili e decorare il piatto da portata.

## INDIVIA ALLE ARANCE E MANDORLE

**Ingredienti per 4 persone**
2 cespi di indivia fresca
50 g di mandorle
2 arance pelate a vivo

1 spicchio di aglio
1 limone
1 mazzolino di erba cipollina
Lavare accuratamente le foglie di indivia e asciugarle bene.
Nel boccale aglio, erba cipollina e tritare 10 sec vel 3-5 , diluire il trito con il succo del limone, emulsionare 10 sec vel 2 .
Tagliare a fettine le arance e mettere da parte. Disporre le foglie di indivia su un piatto da portata, cospargerle con le mandorle a filetti (o tritate) ,sovrapporre le fettine di arancia e condire con la salsina preparata.

## INSALATA DI LATTUGA ROMANA E ACCIUGHE

**Ingredienti per 4 persone**
1 cespo grosso di lattuga
100 g di olive snocciolate
50 g di acciughe
50 g di capperi
30 g di olio extravergine di oliva
un pizzico di sale
il succo di mezzo limone

Lavare accuratamente sotto l'acqua corrente la lattuga, togliere le foglie, asciugarle tenendole capovolte su un telo in modo che si soclino bene.
Spezzettare le olive e i filetti di acciuga nel boccale 10-15 sec vel 3 e mettere da parte. Versare l'olio, i capperi e il succo di mezzo limone, frullare 20 sec vel 5-6 .
Distribuire 3 foglie di insalata su ogni piatto, cospargere con un poco del trito di acciughe e olive, lappare con la salsa di capperi e olio e servire.

## INSALATA DI ORZO MIRTILLI E ANANAS

**Ingredienti per 4 persone**
100 g di orzo perlato
400 g di acqua
100 g di mirtilli
100 di uva bianca
1 zucchina freschissima
il succo di 1 arancia
4 fettine di ananas fresco
2 mele
una fetta di limone
2 cucchiai di olio extravergine di oliva
un pizzico di sale

Versare l'acqua, una fetta di limone e un pizzico di sale nel boccale e l'orzo nel cestello, cuocere 30 mun 100° vel 1-2.
Lavare l'uva e i mirtilli,sbucciare le mele e tagliarle a dadini. Ridurre a dadini le fette di ananas.
A fine cottura dell'orzo, lasciarlo raffreddare in un piatto da portata.
Nel boccale pulito tritare la zucchina 10 sec vel 3, unirla all'orzo e a tutta la frutta tagliata a tocchetti.
Emulsionare nel boccale il succo dell'arancia e l'olio 10 sec vel 2 . Versare sulla frutta e l'orzo amalgamando delicatamente.

## INSALATA DI MARE ROSSA E GIALLA

**Ingredienti per 4 persone**
500 g di moscardini già puliti
400 g di patate
2 barbabietole rosse già cotte
100 g di vino bianco secco
il succo di 1 limone
1 foglia do alloro
40 g di olio extravergine di oliva
1 spicchio di aglio
sale, pepe, prezzemolo tritato q.b.

Versare nel boccale, l'acqua, il vino e il succo di limone, la foglia di alloro, lo spicchio di aglio, i moscardini e un pizzico di sale.
Sbucciare e tagliare le patate a fette e metterle nella campana del varoma, posizionare il varoma e cuocere 30 min temp varoma vel 1.
A cottura ultimata, togliere dalla campana le patate e metterle in un piatto da portata, aggiungere i moscardini e le barbabietole tagliate a fettine.
Condire con olio, sale, pepe e una spolverata di prezzemolo tritato.

## INSALATA DI FARRO CAROTE E FRUTTA

**Ingredienti per 4 persone**
50 g di farro
200 g di uva bianca da tavola
2 carote
20 g di pinoli
2 mele
2 kiwi
1 pompelmo

un pizzico di sale

Mettere in ammollo il farro nel succo di pompelmo per una notte.
Colare tenendo da parte il succo del pompelmo.
Versare i chicchi di farro nel cestello, nel boccale versare 300 g di acqua e un pizzico di sale; posizionare il cestello e cuocere 20 min 100° vel 2 .
A cottura ultimata versare il farro in una terrina e lasciarlo raffreddare.
Lavare e sbucciare tutta la frutta e ridurre la polpa a tocchetti. Tritare le carote con due colpi di turbo. In un largo piatto da portata versare il farro, le carote e la frutta a tocchetti, unire i pinoli e versare il succo di pompelmo tenuto a parte.
Consiglio: in questa insalata abbiamo condito con solo succo di pompelmo, per chi ama i sapori più delicati sostituire il pompelmo con olio extravergine di oliva.

# PRIMI

## PENNE AI PORRI

**Ingredienti per 4 persone**
500 g di penne
2 porri medi
1 scalogno
100 g di bacon a cubetti
50 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaio di dado bimby
900 g di acqua
sale, pepe e parmigiano q.b.

Pulire e mandare i porri togliendo le foglie più dure, la parte verde e la radice, poi tagliarli a rondelle.
Preparare un soffritto nel boccale olio e scalogno 3 min 100° vel 4 .
Aggiungere il bacon, le rondelle di porro e u cucchiaio di dado bimby, insaporire 3 min 100° vel 1.
Unire l'acqua, aggiustare di sale e portare a bollore 8 min 100° vel 1. Versare la pasta e cuocere per il tempo indicato sulla confezione più 2 min di riposo.
Servire la pasta cosparsa di formaggio parmigiano e un filo di olio extravergine di oliva.

## CREMA DI ZUCCHINE CON FILETTI DI SOGLIOLA (O PLATESSA)

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di zucchine chiare
300 g di filetti di sogliola
600 g di brodo vegetale bimby
1 scalogno
30 g di farina 00
100 g di vino bianco secco
30 g di olio extravergine di oliva
1 mazzolino di basilico (o 2 cucchiai di pesto alla genovese)
30 g di parmigiano reggiano grattugiato
crostini di pane tostato
sale e pepe q.b.

Lavare i filetti di sogliola e posizionarli nel varoma, dopo averlo foderato con carta da forno bagnata e strizzata. Salarli e peparli.
Preparare un soffritto: scalogno e olio nel boccale 3 min 100° vel 4.
Aggiungere le zucchine e il basilico vel 7 per 1° sec, rosolare 3 min 100° vel 2 .
Sfumare con il vino, unire la farina e il brodo vegetale, posizionare il varoma e cuocere 20-25 min temp varoma vel 2.
Togliere il varoma, unire alla crema di zucchine il parmigiano, aggiustare di sale e pepe, frullare 1 min vel 7.
Versare in una zuppiera di coccio, unire il pesto (o basilico) e i filetti di sogliola.
Servire con crostini di pane tostato.

## TAGLIATELLE DI VERZA E SPECK

**Ingredienti per 4 persone**
250 g di tagliatelle all'uovo (vedi ricetta libro base)
100 g di speck
50 g di pancetta affumicata
1 scalogno
3 foglie di salvia
1 peperoncino
300 g di cavolo verza
50 g di parmigiano reggiano grattugiato
600 g di acqua
1 cucchiaio di dado bimby
30 g di olio extravergine di oliva
1 noce di burro
sale e pepe q.b.

Preparare una sfoglia come da ricettario base e ricavarne delle tagliatelle.
Lavare le foglie di verza, tagliarle a listarelle, tagliare lo speck a dadini e metterlo da parte.
Nel boccale preparare un soffritto con olio, pancetta, peperoncino e scalogno 3 min 100° vel4. Inserire la farfalla e aggiungere le listarelle di verza, le foglie di salvia, brasare 10 min 100° vel 1 . Aggiustare di pepe e sale.
Togliere la farfalla, versare l'acqua, il dado e continuare la cottura per altri 10 min 100° vel 1.
Cuocere la pasta per 3-4 min . Versare in una zuppiera, condire con i dadini di speck, il burro eil parmigiano. Servire caldissima.

## FARFALLE CON PISELLI E POLPETTINE DI RICOTTA

**Ingredienti per 4 persone**
Per le polpettine:
250 g di ricotta fresca
2 tuorli d'uovo
50 g di parmigiano reggiano
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
sale e pepe q.b.
Per la pasta:
350 g di pasta di semola tipo farfalla
2 pomodori concassè (tagliati a dadini)
20 g di parmigiano reggiano
30 g di olio extravergine di oliva
1 cipollina bianca, 1 noce di burro
1 cucchiaino di dado bimby
1 pezzettino di zenzero ( a piacere)
1 mazzolino di erba cipollina

Preparare le polpettine, amalgamando tutti gli ingredienti, nel boccale vel 3-4 per 20 sec, togliere e preparare delle piccole polpettine, infarinarle e metterle nel varoma.
Nel boccale pulito, tritare la cipolla 5 sec vel 3, inserire la farfalla, unire l'olio, i piselli, lo zenzero, 100 g di acqua e il dado, cuocere 5 min 100° vel 1.
Versare 600 g di acqua, aggiustare di sale 10 min 100° vel 1. Versare le farfalle, posizionale il varoma e cuocere a varoma vel 1 per il tempo indicato sulla confezione.
A cottura ultimata versare le farfalle e i piselli in una zuppiera, condire con una noce di burro, il parmigiano, il pomodoro spellato, pulito dai semi e tagliato a dadini, qualche filo di erba cipollina tagliato, aggiungere le polpettine e servire.

## ZUPPA DI PESCE E FUNGHI

**Ingredienti per 4 persone**
600 g di rana pescatrice ( se possibile con fegato)
25 g di funghi porcini secchi
40 g di olio extravergine di oliva
4 pomodorini maturi da sugo
2 coste di sedano, 2 carote
1 cipolla grossa, 1 patata media
1 mazzolino di prezzemolo, 2 spicchi di aglio
sale e pepe q.b.

Pulire il pesce, tagliarlo a fette e metterlo nel cestello. Versare nel boccale 1 litro d'acqua, una costa di sedano, una carota, un pezzetto di cipolla, uno spicchio di aglio e un pizzico di sale. Inserire nel cestello e cuocere 15 min 100° vel1.
Mettere i funghi ad ammorbidire in acqua tiepida, preparare i pomodori, senza buccia e senza semini, tagliati a pezzettini.
A cottura ultimata togliere il cestello, filtrare il brodo e metterlo da parte.
Preparare il sugo: tritare ne l boccale, la cipolla rimasta, il sedano, la carota e l'aglio 15 sec vel 3-5 unire l'olio e rosolare 3 min 100° vel1 aggiungere i funghi strizzati, i pomodori e la patata tagliata a dadini cuocere 5 min temp varoma vel 1 aggiungere il brodo tenuto a parte, aggiustare di sale e pepe, cuocere 5 min temp varoma vel 1.
Unire il cestello con le fette di pesce e continuare la cottura per altri 10 min.
Tostare le fette di pane, poi collocarle nei piatti fondi, sistemarvi i pezzi di pesce e il brodo con le verdure, i funghi, spolverizzare di prezzemolo e un filo di olio extravergine di oliva a piacere prima di servire.
Consiglio: chi abita nelle città di mare e riesce a reperire dei pescatori, la rana pescatrice (coda di rospo) completa di fegato, avrà una prelibatezza da non perdere.

## MINESTRA DI ZUCCA E FAGIOLI

**Ingredienti per 4 persone**
600 g di zucca
150 g di ditalini (pasta rigata)
300 g di fagioli bianchi di Spagna o cannellini
600 g di latte
600 g di brodo vegetale bimby
30 g di olio extravergine di oliva
20 g di burro
30 g di parmigiano reggiano grattugiato
4 fette di pane casereccio
sale e pepe q.b.

Pulire la zucca, decorticarla e tagliarla a pezzetti, mettere i pezzetti di zucca nel boccale con me in movimento a vel 3-5 per pochi secondi.
Unire il burro e l'olio, rosolare 5 min 100° vel 1 aggiungere i fagioli, il brodo, il latte e il sale, cuocere 30 min 100° vel 1, versare la pasta e cuocere il tempo indicato sulla confezione. Controllare di sale e pepate a piacere.
Servire la minestra, in piatti fondi, spolverare con parmigiano e accompagnare con le fette di pane casereccio, a piacere rosolate nel burro.

## CREMA DI LENTICCHIE CON VERZA E SALAMELLE

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di lenticchie
4 salsicce
1 cipolla, 1 carota, 1 pezzetto di sedano
1 pezzetto di peperoncino
50 g di olio extravergine di oliva
50 g di parmigiano reggiano
5 foglie di verza
1 litro di brodo vegetale bimby ( o acqua e dado bimby)
sale e pepe q.b.

Scottare le foglie di verza, ben lavate, nel boccale con acqua che bolle e sale, per pochi minuti, tagliarle a piccoli quadretti e mettere da parte. Nel boccale tritare la cipolla, il sedano e la carota 10 sec vel 3-5. Aggiungere 30 g di olio e soffriggere 3 min 100° vel 1, unire le lenticchie, il brodo vegetale, sale e pepe.
Sistemare le salsicce nella campana del varoma, posizionare il varoma e cuocere 25 min temp varoma vel 1. A fine cottura togliere il varoma. Tagliare le salsicce a fettine e arrotolare ogni fettina in un quadretto di verza. Togliere dal boccale due mestoli di lenticchie e metterle da parte, lasciare raffreddare un poco, poi frullare le lenticchie rimaste nel boccale 50 sec vel 5-8 ottenendo così una crema. Versare in una fondina un poco di crema, aggiungere un mestolino di lenticchie tenute a parte, adagiarvi nel mezzo del piatto 3 fagottini di verza e salsiccia e decorare con scaglie di parmigiano, irrorare con un filo di olio extravergine di oliva. Servire caldo.

## POLENTA CON RAGù DI LEGUMI

**Ingredienti per 4 persone**
250 g di fagioli borlotti lessati
200 g di lenticchie lessate
450 g di pomodori pelati
1 carota
1 gambo di sedano

1 cipolla
1 spicchio d'aglio
2 foglie di alloro
20 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe q.b.

Preparare un trito di carota, sedano, cipolla e aglio, unire l'olio e rosolare 3 min 100° vel1, aggiungere i pelati 5 min 100° vel 1.
Aggiungere i fagioli borlotti, le lenticchie, aggiustare di sale e pepe e cuocere 3 min 100° vel 1. Mettere da parte.
Senza lavare il boccale preparare la polenta come da ricettario base pag 28 e condirla con il sugo di legumi. Servire caldissima.

## MINESTRA DI FARRO

**Ingredienti per 4 persone**
200 g di vitello (spalla)
100 g di prosciutto crudo in una fetta unica
2 carote
2 gambe di sedano
1 cipolla
1 porro
1 foglia di verza
1 rapa bianca
2 pomodori
1 foglia di lauro, rosmarino, prezzemolo
salvia e origano
30 g di parmigiano reggiano
30 g di olio extravergine di oliva

Pulire e lavare tutte le verdure, tagliare a listarelle le foglie di verza, a dadini le altre verdure e il prosciutto.
Mettere nel boccale, coprire il tutto con l'acqua avendo cura che rimanga al di sotto dell'ultima tacca, aggiungere la carne e il sale, cuocere 30 min 100° vel1.
Togliere le verdure e metterle da parte in una zuppiera, nel brodo cuocere il farro 30 min 100° vel 1, aggiustare di sale, controllare la densità, versare il farro nella zuppiera assieme alle verdure.
Mescolare, spolverare con parmigiano grattugiato e un filo di olio extravergine di oliva.

## SPAGHETTI AI TRE COLORI

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di spaghetti
900 g di acqua
3 peperoni (giallo, verde e rosso)
1 pomodoro concassè
1 mazzolino di basilico
1 gambo di prezzemolo
3 filetti di acciuga
1 spicchio di aglio
40 g di olio extravergine di oliva
20 g di parmigiano grattugiato ( o pecorino)

Tagliare i peperoni a listarelle come se fossero degli spaghetti e mettere da parte. Preparare nel boccale olio, aglio e acciughe 3 min 100° vel 2, aggiungere i filetti di peperone, un pomodoro tagliato a dadini e cuocere 2 min 100° vel 1.
Versare l'acqua, aggiustare di sale, portare a bollore 8 min 100° vel 1 e cuocere gli spaghetti per il tempo indicato sulla confezione.
A cottura ultimata, versare un una zuppiera, aggiungere il pomodoro rimasto tagliato a dadini, il basilico, il prezzemolo, irrorare con un filo di olio extravergine di oliva e il parmigiano. Servire caldi

## ZUPPA DI SEDANI E BACCALA'

**Ingredienti per 4 persone**
350 g di sedano ( coste e foglie)
500 g di baccalà ammollato
mezzo cucchiaio di capperi
40 g di olio extravergine di oliva
1 spicchio d'aglio
mezzo cucchiaino di peperoncino
1 grossa patata
100 g di acqua
sale q.b.

Mondare il sedano, lavarlo e tagliarlo a tocchetti. Preparare un soffritto con olio, aglio, capperi e peperoncino 3 min 100° vel1. Aggiungere il sedano e rosolare 3 min 100° vel 1.
Tagliare a pezzi il baccalà e unirlo al soffritto di sedani, aggiungere la patata tagliata a dadini, l'acqua, controllare di sale e cuocere 30-40 min 100° vel 1. Controllare durante la cottura che rimangano i liquidi.
Servire accompagnato da crostini di pane.

## LINGUINE AI FIORI DI ZUCCA E ZAFFERANO

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di linguine
2 zucchine
1 mazzo di fiori di zucca
1 scalogno ( o cipolla e aglio)
200 g di gamberetti (o code di scampo)
1 bustina di zafferano con i pistilli lunghi
30 g di olio extravergine di oliva
1 litro di acqua
50 g di pecorino grattugiato
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
sale e pepe q.b.

Tritare nel boccale cipolla, zucchine e fiori di zucca vel 3-5, unire l'olio e rosolare 5 min 100° vel1, aggiungere lo zafferano diluito con un poco di brodo. Inserire la farfalla, il prezzemolo e cuocere 3 min 100° vel 1, aggiustare di sale e pepe e mettere da parte in una pirofila. Togliere la farfalla, versare l'acqua nel boccale 8 min 100° vel 1 il sale e cuocere le linguine per il tempo indicato sulla confezione.
Scolare condire con il sugo a parte, il pecorino e un filo di olio extravergine di oliva.

## MINESTRA DI BROCCOLETTI E ROSSI DI SOJA

**Ingredienti per 4 persone**
200 g di fagioli rossi di soja
400 g di broccoletti
200 g di pasta di semola di grano duro
1 scalogno ( o cipolla), 1 carota
1 spicchio di aglio, 1 costa di sedano
40 g di olio extravergine di oliva
60 g di parmigiano reggiano
1 piccolo peperoncino
600 g di brodo vegetale
200 g di acqua di cottura di fagioli
sale e pepe q.b.

Mettere a bagno per una notte i fagioli di soja.
Cuocere in un litro di acqua e sale i fagioli 30 min 100° vel 1, scolare i fagioli con il cestello, tenerli a parte, conservando 200 g della loro acqua di cottura. Pulire e

lavare le verdure e i broccoli. Nel boccale cipolla, aglio e olio 3 min 100° vel4, aggiungere con lame in movimento a vel 4 sedano, carote per 10 sec, aggiungere i broccoli tagliati a pezzi, insaporire 3 min 100° vel 1. Unire i fagioli, il brodo vegetale bollente e 200 g del brodo di cottura dei fagioli, aggiustare di sale, pepe, aggiungere il peperoncino e cuocere 10-15 min 100° vel 1. Cuocere la pasta della forma desiderata, per il tempo di cottura dato dalla confezione e a fine cottura, versare in una zuppiera. Condire con pepe, parmigiano e un filo di olio extravergine di oliva.
Consiglio: chi ha poco tempo può utilizzare i fagioli di soja in scatola, eliminando così il tempo di cottura dei fagioli.

## FARFALLE ALLA CARBONARA DI TONNO

**Ingredienti per 4 persone**
320 g di farfalle
20 g di burro
30 g di olio extravergine di oliva
160 g di tonno al naturale
2 tuorli
1 spicchio di aglio
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
30 g di parmigiano reggiano grattugiato
sale e pepe q.b.

Preparare il sugo: nel boccale aglio, olio e burro 3 min 100° vel 4, aggiungere il tonno e cuocere 3 min 100° vel 3. Mettere da parte.
Versare 1 litro di acqua nel boccale, il sale, portare a bollore 10 min 100 ° vel 1.
Cuocere le farfalle per il tempo indicato sulla confezione, scolarle con il cestello e rimetterle nel boccale asciutto, aggiungere il sugo messo da parte, le uova sbattute con il parmigiano, il prezzemolo tritato e un filo di olio, mantecare 2 min 100° vel 1.
Versare in un piatto da portata e servire caldissime.

## MINESTRA DI BROCCOLI E ALI DI RAZZA

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di ali di razza (o altro pesce)
300 g di broccoli ( solo il fiore)
200 g di pasta (ditalini)
70 g di vino bianco secco
200 g di pomodori da sugo o pelati
30 g di olio extravergine di oliva
1 carota, 1 gambo di sedano
1 carota, 1 spicchio di aglio

1 cucchiaio di prezzemolo tritato
2 filetti di acciuga, 1 peperoncino
20 g di parmigiano reggiano grattugiato
1 limone
sale e pepe q.b.

Pulire le ali di razza e metterle nel varoma, nel boccale versare 600 g di acqua, sale, la carota, il sedano, la cipolla e una fetta di limone; posizionare il varoma, cuocere 20 min temp varoma vel 1. Togliere il pesce dal varoma, tagliare la carne del pesce in quattro parti, metterli in un piatto da portata e condire con olio, aglio, e prezzemolo. Tenere da parte. Nel boccale preparare aglio, prezzemolo, olio e acciughe, aggiungere la punta del peperoncino, rosolare 3 min 100° vel 4; aggiungere i pomodori a pezzetti, sfumare coni l vino 3 min 100° vel 1. Unire le cimette dei broccoli, il brodo tenuto a parte e cuocere 10 min 100° vel 1; aggiungere la pasta, cuocere per il tempo di cottura indicato sulla confezione.
Versare nella zuppiera, spolverare di parmigiano e servire calda. Servire il pesce come secondo.

## MINESTRA DI RISO E LENTICCHIE

**Ingredienti per 4 persone**
200 g di riso per minestra
200 g di lenticchie
1 litro di brodo vegetale (acqua e dado bimby)
60 g di speck o pancetta affumicata
200 g di pomodori freschi (o pelati)
1 cipolla
1 spicchio di aglio
2 foglie di salvia
2 foglie di alloro
40 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe q.b.
30 g di parmigiano

Sciacquare le lenticchie in acqua fredda.
Sbucciare la cipolla, aglio e rosolare nel boccale con olio, una foglia di salvia e una di alloro 3 min 100° vel 4. Unire lo speck tagliato a dadini, i pomodori o pelati a pezzetti, le lenticchie, il resto della salvia e dell'alloro; insaporire 3 min 100° vel 1.
Bagnare con il brodo vegetale bollente, aggiustare di sale e pepe, continuare la cottura 15 min 100° vel1 versare il riso e cuocere per 15 min 100° vel1.
A cottura ultimata, eliminare le foglie di alloro e salvia, condire con olio extravergine di oliva, parmigiano e servire.

# SECONDI

## TORTINO DI ALICI

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di alici fresche
200 g di pomodorini
2 panini raffermi (solo mollica)
1 mazzolino di basilico
2 spicchi di aglio, 1 pezzettino di peperoncino
30 g di olio extravergine di oliva
mezzo limone
sale e pepe q.b.

Pulire e diliscare le alici, lavarle con acqua e sale a farle scolare. Foderare con carta da forno bagnata e ben strizzata, uno stampo per sformati (ovale della misura del varoma).
Contornare lo stampo, parete e fondo, con le alici aperte. Mettere a bagno la mollica di pane in acqua per circa 10 min, lavare bene i pomodorini e il basilico. Strizzare bene la mollica di pane, unirvi i pomodorini aperti in due parti, le foglie del basilico sminuzzate, l'aglio tritato, il peperoncino, sale e pepe, irrorare con l'olio di oliva. Versare il composto nello stampo, chiudere con un altro strato di alici, irrorare ancora con l'olio e adagiare lo stampo nella campana del varoma. Versare nel boccale 500 g di acqua, un pizzico di sale, mezzo limone, posizionare il varoma e cuocere 30 min temp varoma vel 1. A cottura ultimata sformare su un piatto da portata contornare con pomodorini e basilico, irrorare con un filo di olio extravergine di oliva. Servire caldo.

## TROTA A SORPRESA

**Ingredienti per 4 persone**
2 filetti di trota salmonata (circa 600 g )
2 filetti di sogliola o filetti di platessa (circa 200 g)
1 mazzolino di rucola
8 punte di asparagi lessate
5 foglie di radicchio rosso
1 scalogno, 1 carota

1 gambo di sedano
1 foglia di alloro
1 cucchiaio di semi di finocchio
30 g di olio extravergine di oliva
100 g di vino bianco secco
1 limone
sale e pepe q.b.

Lavare e salare i due filetti di trota e farcirla con i filetti di sogliola, le 3 foglie di radicchio rosso, le punte di asparagi, scottate in acqua per qualche minuto e i semi di finocchio. Richiudere le trota farcita. Bagnare un foglio di carta da forno, strizzarlo bene e oliarlo, adagiarvi la trota con la metà del sedano le carote e dello scalogno tagliati a dadini, unirvi una fetta di limone tagliata a dadini e la foglia di alloro. Chiudere il cartoccio e metterlo nella campana del varoma.
Ne l boccale versare 500 g di acqua, il vino e l'altra metà delle verdure, aggiustare di sale, posizionare il varoma e cuocere 30-40 min temp varoma vel 1.
A cottura ultimata, servire la trota farcita tagliata a fettine accompagnata da rucola e radicchio rosso. Irrorare con un filo di olio extravergine di oliva.

## AGNELLO E CECI IN COUS COUS

**Ingredienti per 4 persone**
500 g di carne di agnello
150 g di ceci secchi o in scatola
300 g di cipolla
150 g di uvetta
1 bustina di zafferano
500 g di cous cous precotto
50 g di olio extravergine di oliva
sale q.b.
1 litro e 100 g di acqua
1 cucchiaio di dado bimby

Mettere a bagno i ceci in acqua salata per circa sei ore. Ammollare l'uvetta in acqua tiepida, tagliare la carne di agnello a tocchetti e le cipolle a fettine sottili. Inserire la farfalla nel boccale, versare l'olio, i tocchetti di agnello e il sale, rosolare 5 min 100° vel 1.
Aggiungere lo zafferano, i ceci, le cipolle, l'acqua bollente, il dado e cuocere 20 min 100° vel 1. Unire l'uvetta scolata, (controllare la cottura dei ceci) e continuare la cottura 5 min temp varoma vel 1.
Nel frattempo preparare il cous cous: in una terrina versare 400 g di acqua bollente salata, unire il cous cous, mescolare e aspettare che venga assorbita l'acqua, poi

versare nel vassoio del varoma con 2 cucchiai di olio extravergine di oliva, posizionare sul boccale (mentre cuoce l'agnello) per circa 15 min temp. Varoma.
Mescolare il cous cous in modo che i chicchi siano ben sgranati. Servire su un piatto da portata con al centro l'agnello e le verdure.

## SPEZZATINO ALLE OLIVE

**Ingredienti per 4 persone**
500 g di carne di vitellone a pezzetti
250 g di cipolline fresche (o cipolla)
200 g di carote
100 g di olive verdi snocciolate
30 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 buccia di limone
1 cucchiaio di farina bianca 00
1 cucchiaio di dado bimby
timo, sale e pepe q.b.

Sbucciare e scottare in acqua bollente per 2 min le cipolline lasciandole intere.
Tagliare a rondelle le carote, dopo averle raschiate e lavate. Snocciolare le olive e mettere da parte.
Inserire la farfalla nel boccale, versare l'olio, le cipolle, le carote, la buccia di limone, il timo e la carne tagliata a pezzetti, rosolare 4 min 100° vel 1 .
Cospargere la farina, rosolare ancora 2 min 100° vel 1. Bagnare con acqua calda ( 200 g circa), il dado e cuocere 40 min 100° vel 1, aggiungere le olive messe da parte e cuocere 10 min 100° vel 1.
Versare nel piatto da portata, spolverizzare di prezzemolo tritato e servire.

## MANZO ALLE PRUGNE CON PURE' DI PATATE

**Ingredienti per 4 persone**
600 g di manzo a pezzetti
2 cucchiai di farina
100 g di prugne secche snocciolate
1 carota
1 gambo di sedano
40 g di cipolla
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
250 g di vino rosso
un poco di cannella
qualche bacca di ginepro

40 g  di olio extravergine di oliva
sale e pepe q.b.
1 dose di purè( vedi ricetta libro base pag 59)

Pulire,lavare le verdure e tritarle 10 sec vel 4 aggiungere l'olio e rosolare 3 min 100° vel 1.
Infarinare leggermente la carne, e rosolare 3 min temp varoma vel 1, unire le prugne, le bacche di ginepro, un pizzico di cannella, il concentrato di pomodoro, il vino e il sale, cuocere 40-50 min 100° vel 1.

## FETTINE DI POLLO IN SALSA DI MELOGRANO

**Ingredienti per 4 persone**
2 petti di pollo
2 grossi melograni maturi
50 g di olio extravergine di oliva
5 bacche di ginepro
1 peperoncino
2 spicchi di aglio
2 patate
1 limone
1 scalogno
1 limone solo il succo
20 g di maizena
600 g di acqua

Sbucciare le patate, tagliarle a rondelle sottili, e metterle nella campana del varoma. Tritare le bacche di ginepro e 1 spicchio di aglio e metterle sulle fettine di pollo e posizionare il tutto sulle patate. Versare nel boccale l'acqua, il sale e 1 fettina di limone, posizionare il varoma e cuocere 20-30 min temp varoma vel 1.
A cottura ultimata togliere il varoma e tenere a parte. Nel boccale pulito, preparare la salsa; rosolare olio,scalogno, aglio e peperoncino 3 min 100° vel 3. Unire il succo spremuto dei chicchi dei melograni, tenendo a parte un po' di chicchi, che si uniranno al sugo. Aggiungere la maizena e cuocere 5 min temp varoma vel 1.
Mettere in un piatto caldo da portata le patate e le fettine di pollo, irrorarle con la salsa e i chicchi di melograno.

## POLPETTONE AL SUGO DI FUNGHI

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di carne di manzo tritata
1 scalogno, 1 spicchio di aglio

400 g di pomodori maturi
300 g di funghi porcini freschi o 200 g di funghi secchi
100 g di mollica di pane raffermo
100 g di parmigiano reggiano grattugiato
50 g di prosciutto crudo
100 g di vino bianco secco
100g di latte, 2 uova
200 g di brodo vegetale
30 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe q.b.

Mettere a bagno la mollica di pane nel latte.
Preparare il polpettone, nel boccale tritare il prosciutto crudo 10 sec vel5, la mollica di pane bagnata nel latte e ben strizzata, il formaggio e le uova, salare, pepare e aggiungere la carne 10 sec vel 3. Togliere il composto e formare con le mani un polpettone, ungerlo di olio, adagiarlo nella carta da forno bagnata e strizzata e sistemarlo nel varoma. Nel boccale preparare un soffritto con olio, scalogno e aglio 3 min 100° vel 4, inserire la farfalla, unire i funghi tagliati a fettine, i pomodori tagliati a dadini e cuocere 5 min 100° vel 1, sfumare con il vino 2 min 100° vel 1, aggiungere il brodo vegetale, posizionare il varoma e cuocere 30 min temp varoma vel 1. Servire tagliato a fette, disporle su un piatto di portata, versarvi sopra il sugo ai funghi, a piacere accompagnato con purè o piselli.

## LONZA DI MAIALE ALLE MELE

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di lonza di maiale o spalla
2 mele renette
2 cipolle
30 g di aceto di mele (o aceto di vino)
30 g di olio extravergine di oliva
200 g di brodo vegetale bimby
sale e pepe q.b.
1 spicchio di aglio
3 foglie di salvia
20 g di maizena

Tagliare a tocchetti la carne, sbucciare le mele e le cipolle.
Tagliare a fettine le mele e affettare le cipolle.
Inserire la farfalla nel boccale l'olio, l1aglio e la salvia rosolare 6 min tempo varoma vel 1.

Unire la carne 4 min temp varoma vel 1; salare, pepare e sfumare con l'aceto 2 min 100° vel 1.
Unire alla carne le mele, le cipolle, il brodo vegetale e cuocere 50-60 min 100° vel 1.
A cottura ultimata, togliere solo la carne e metterla su un piatto da portata.
Togliere la farfalla, unire al sugo del boccale la farina o maizena e cuocere 5 min 100° vel 4. Versare sulla carne e servire.

## INVOLTINI DI TONNO FRESCO

**Ingredienti per 4 persone**
8 fettine di tonno fresco sottilissime
30 g di polpa di tonno fresca
2 carciofi, 1 panino solo mollica
40 g di olio extravergine di oliva
1 mazzolino di prezzemolo
1 scalogno, 1 spicchio di aglio, 1 limone
200 g di brodo vegetale (o acqua e dado bimby)
100 g di vino bianco secco, sale e pepe q.b.

Mettere a bagno con un poco di acqua tiepida la mollica di pane. Pulire i carciofi da tutte le foglie tenendo solo il fondo, metterlo a bagno in acqua acidula (acqua e limone). Tritare nel boccale i fondi di carciofo, la polpa di tonno fresco, lo scalogno, l'aglio, il prezzemolo e un piccolo pezzettino di buccia di limone 20 sec vel 5-7.
Toglierne la metà e metterla in una ciotola; strizzare bene la mollica di pane e unirla al composto nella ciotola, aggiustare di sale e pepe, amalgamare e farcire le fette di tonno, arrotolare la fetta su se stessa formando un involtino.
Pennellare di olio gli involtini e posizionarli nella campana del varoma avendo cura di salare e pepare gli involtini. Versare l'olio nel boccale e rosolare con il trito 3 min 100° vel2, sfumare con il vino e aggiungere il brodo vegetale ( acqua e dado bimby) posizionare il varoma e cuocere 40 min temp varoma vel 2. A cottura ultimata, disporre gli involtini in un piatto da portata, irrorare con il fondo di cottura. Se risultasse troppo liquido addensare 2 min temp varoma vel 3.

## POLENTA FAGIOLI E FORMAGGI

**Ingredienti per 4 persone**
1 litro e 200 g di acqua
230 g di farina di granoturco
200 g di fagioli borlotti secchi
100 g di pancetta
30 g di olio extravergine di oliva
mezza cipolla media

100 g di acqua
100 g di parmigiano reggiano
1 cucchiaio di sale
Mettere i fagioli a bagno in acqua per almeno 12 ore. Versare nel boccale l'acqua, il sale, disporre nel cestello i fagioli e posizionarlo ne l boccale 30 min 100° vel 2; mettere da parte acqua e fagioli.
Tritare la cipolla, la pancetta 20 sec vel 5, unire l'olio 3 min 100° vel 1.
Inserire la farfalla, aggiungere i fagioli, 100 g di acqua e il parmigiano 10 min 100° vel 1.
Mettere da parte.
Versare l'acqua di cottura dei fagioli 10 min 100° vel 1. Aggiungere sale e farina di granoturco 20 min 90° vel 1.
A cottura ultimata lasciare riposare 1 min circa. Servire la polenta calda in piatti fondi.

## PESCE CON ORZO

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di pesce (triglie o altro)
200 g di orzo
1 carota
1 scalogno
1 gambo di sedano
80 g di olive nere
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 limone
1 mazzolino di basilico
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale q.b.

Squamare, pulire e lavare il pesce. Foderare il varoma con carta da forno bagnata e strizzata, distribuire le foglie di basilico e un poco di aglio, il pesce e le olive tritate. Irrorare con un filo di olio extravergine di oliva e salare.
Nel boccale versare un litro di acqua, lo scalogno, il sedano, la carota, un pizzico di sale 8 min 100° vel 1.
A cottura ultimata, versare il tutto in un piatto da portata, spolverizzare con il prezzemolo e basilico, irrorare con un filo di olio extravergine di oliva, aggiustare di sale e servire.

## SPEZZATINO DI AGNELLO IN SALSA DI RICOTTA

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di agnello disossato e tagliato a pezzetti
2 carote
2 cipolline
2 chiodi di garofano
2 cucchiai di farina
mezzo bicchiere di vino bianco secco
100 g di ricotta
50 g di burro
2 cucchiai di olio extravergine di oliva
1 foglia di alloro
timo, erba cipollina
prezzemolo, maggiorana
un cucchiaio di dado bimby
sale e pepe q.b.

Pulire e lavare cipolle e carote, tagliarle a pezzi metterle nel boccale, tritare 10 sec vel 4, aggiungere olio e burro 3 min 100° vel 1.
Infarinare la carne di agnello, inserire la farfalla nel boccale e rosolare la carne con i chiodi di garofano 4 min temp varoma vel 1. Salare e pepare, aggiungere l'erba cipollina, il timo e la foglia di alloro, il dado e infine sfumare con il vino, cuocere 30-40 min 100° vel 1 ( se occorre aggiungere un poco di acqua).
A cottura ultimata, togliere i pezzetti di carne e metterli in un piatto da portata, nel fondo di cottura (nel boccale) aggiungere la ricotta amalgamare 20 sec vel 4-5.
Versare la salsa ottenuta sull'agnello, cospargere di prezzemolo, maggiorana e servire caldo.

## BACCALA' CON CAVOLFIORE E OLIVE

**Ingredienti per 4 persone**
700 g di filetto di baccalà ammollato
150 g di vino bianco secco
300 g di cimette di cavolfiore
100 g di acqua
10 olive nere, 7 pomodorini
40 g di olio extravergine di oliva
1 mazzolino di prezzemolo
1 mazzolino di basilico
2 spicchi di aglio
1 mazzolino di erba cipollina
1 cucchiaio di farina bianca o maizena
sale e pepe q.b.

Mondare il cavolfiore, lavarlo e tagliare sottilmente le cimette, metterle nel vassoio del varoma. Nel boccale tritare, le erbe aromatiche e l'aglio 20 sec vel 5, toglierne la metà e tenere da parte. Tagliare a pezzettini il baccalà, oliarlo e condirlo con le erbe aromatiche tenute a parte, posizionarlo nella campana del varoma, unire le olive e i pomodorini. Versare l'olio nel boccale e rosolare 3 min 100° vel 3 , sfumare con il vino per circa 2min, aggiungere l'acqua, posizionare il varoma completo di vassoio con le cimette di cavolfiore, cuocere 25 min temp  varoma vel 1. A cottura ultimata, disporre il baccalà su di un piatto da portata contornare con il cavolfiore, i pomodorini, le olive e aggiustare di sale e pepe. Irrorare con il fondo di cottura, se risultasse troppo liquido aggiungere mezzo cucchiaio di maizena e cuocere 3 min temp varoma vel 3 servire.

## INVOLTINI DI TACHCINO AL PROFUMO DI ARANCIA

**Ingredienti per 4 persone**
6 fette di carne di tacchino
8 fette di pancetta un po' spessa
2 coste di sedano, 3 carote, 1 scalogno
1 rametto di rosmarino
60 g di olio extravergine di oliva
200 g di vino bianco
1 arancia ( buccia grattugiata e succo)
il succo di un limone
sale e pepe q.b.

Prendere le fettine di carne, stendervi sopra una fettina di pancetta. Pulire le verdure, tritare le coste di sedano, il rosmarino e le carote con lame in movimento vel 4-5- per 10 sec aggiungere 20 g di olio, sale e pepe, rosolare 3 min 100° vel 1. Mettere da parte.
Stendere un po' di verdure stufate sulle fettine di carne e chiuderle con filo refe, posizionarle nel cestello dopo averle oliate e salate.
Preparare nel boccale, un soffritto con scalogno e il rimanente olio 3 min 100° vel 4- Unire la buccia grattugiata e il succo dell'arancia, il succo di limone, sale e pepe, cuocere 15 min 100° vel 1. A cottura ultimata, togliere il cestello e lasciare raffreddare gli involtini.
Tagliarli a fette e adagiarli su un piatto da portata.Frullare nel boccale il sugo di cottura 10 sec vel 4-5.
Versare la salsa sulle fette di carne. Servire accompagnato da un purè di patate.

## BRACIOLE CON SALSA DI PERE

**Ingredienti per 4 persone**
4 braciole
50 g di olio extravergine di oliva
100 g di vino rosso
50 g di pancetta o prosciutto crudo
foglie di salvia
1 rametto di rosmarino
50 g di grappa
sale e pepe q.b.
1 scalogno
Per la salsa:
250 g di pere (Williams rosse)
30 g di burro
30 g di zucchero di canna
50 g di brandy
1 cucchiaino di cannella in polvere
sale e pepe q.b.

Preparare la salsa: sbucciare e tagliare a tocchetti le pere. Nel boccale lo zucchero, il burro, le pere e il brandy, cuocere 10 min 100° vel 1.
Aggiungere la cannella e un pizzico di sale e frullare 10 sec vel 7. Mettere da parte la salsa.
Nel boccale pulito, soffriggere olio, scalogno e pancetta 3 min 100° vel 4. Inserire fra le lame le braciole, avendo cura di piegarle leggermente aggiungendo salvia, rosmarino, sale e pepe, rosolare 8 min 100° vel 1. Sfumare con il vino rosso e cuocere 20 min 100° vel 1.
Togliere la carne, eliminare, salvia e rosmarino, aggiungendo al fondo di cottura una noce di burro, la grappa e fare restringere il sugo 2-3 min temp varoma vel 1. Servire la carne irrorata coni l sugo e accompagnata dalla salsa alle pere.

## POLLO, CICORIA E NOCI IN INSALATA

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di petto di pollo
150 g di speck in una fetta unica
1 cespo di cicoria
50 g di gherigli di noce tritati
20 g di salsa di soia
20 g di olio extravergine di oliva
maizena, sale q.b.

Tagliare a pezzetti regolari il petto di pollo, e infarinarlo con la maizena.

Tagliare a dadini lo speck, metterlo nel boccale con l'olio e rosolare 3 min 100° vel 1, inserire la farfalla, aggiungere i pezzetti di pollo e rosolare 3 min temp varoma vel 1. Insaporire con la salsa di soia, aggiustare di sale e continuare la cottura 15 min 100° vel 1 .
Mondare e lavare la cicoria, tagliarla a listarelle e unirla al pollo, aggiungere i gherigli di noci tritati e continuare la cottura per altri due minuti.
Servire caldo

# DOLCI

## BUDINO DI AMARETTO

**Ingredienti per 4 persone**
500 g di latte intero
100 g di amaretti
150 g di zucchero
50 g di liquore amaretto
1 fetta di limone
4 uova

Tritare gli amaretti 15 sec vel turbo, aggiungere tutti gli altri ingredienti 30 sec vel 4 e 3 min 80° vel 4.
Versare il composto in uno stampo ovale, caramellato, coprire bene con carta stagnola e posizionarlo nella campana del varoma.
Versare 600 g di acqua nel boccale, un pizzico di sale e una fetta di limone, posizionare il varoma e cuocere 40 min temp varoma vel 2. A fine cottura eliminare la carta di copertura lasciando per qualche minuto scoperto per permettere di far uscire il vapore acqueo.
Sfornare tiepido e servire fresco accompagnato a piacere con salsa al cioccolato o panna montata.

## BUDINI DI SEMOLA

**Ingredienti per 4 persone**
600 g di latte
100 g di cioccolato fondente
100 g di semolino
40 g di uvetta
40 g di zucchero

30 g di burro
2 uova + 2 albumi
Inserire nel boccale la farfalla e montare gli albumi a neve (vedi ricettario base). Mettere da parte.
Nel boccale pulito versare il latte e lo zucchero, cuocere il semolino 10 min 90° vel 1. Aggiungere il cioccolato a pezzetti, sempre mescolando a vel 3 unire i tuorli, l'uvetta ammollata in acqua tiepida, amalgamare 10 sec vel 2. Lasciare raffreddare, poi incorporare gli albumi precedentemente montati. Versare il composto in stampini di ceramica ( tipo cuki), spennellare con burro fuso e mettere gli stampini nella campana del varoma, coprirli con carta alluminio, poi chiudere con il coperchio del varoma. Versare l'acqua nel boccale e una fettina di limone, posizionare il varoma e cuocere per circa 30-40 min temp varoma vel 1. Lasciare raffreddare e sformare i budini nei piatti su una salsa all'arancia.
Consiglio: se utilizzate un unico stampo cuocere il budino per 50-60 minuti.

## BAVARESE DI NOCCIOLA

**Ingredienti per 4 persone**
400 g di panna freschissima da montare
1 cucchiaino di zucchero a velo
150 g di zucchero
150 g di latte
4 tuorli
10 g di colla di pesce
10 g di fecola di patate
150 g di pasta di nocciole

Ammollare la colla di pesce in acqua fredda.
Inserire nel boccale latte, tuorli, pasta di nocciole, fecola, zucchero 5 min 80° vel 4. Aggiungere la colla di pesce ben strizzata 10 sec vel 4.
Versare in una ciotola e far raffreddare mescolando di tanto in tanto.
Nel boccale ben pulito e freddo montare la panna come da ricettario base, aggiungere delicatamente lo zucchero a velo.
Versare a cucchiaiate nella ciotola della crema, amalgamando delicatamente senza smontare la panna.
Mettere in uno stampo e far rassodare in frigo per 10 ore.
Consiglio: a piacere servire fredda con salsa di cioccolato.

## CREM CARAMEL AI MIRTILLI

**Ingredienti per4 persone**
250 g di latte

80 g di zucchero vanigliato
80 g di zucchero semolato
50 g di mirtilli
500 g di acqua
1 uovo + 2 tuorli

Preparare uno sciroppo con acqua e zucchero semolato 4 min 100° vel 1 , unire i mirtilli cuocerli 5 min 100° vel 1.
Togliere i mirtilli, metterli da parte e restringere lo sciroppo finché non diventa caramelloso 5 min temp varoma vel 2.
Versare questo caramello negli stampi, e tenere da parte.
Preparare la crema: nel boccale pulito versare latte, zucchero vanigliato, tuorli e uovo, cuocere 5 min 80° vel 3.
Versare nelle coppette( tenute a parte con il caramello) distribuire i mirtilli nei vari stampini, metterli nella campana del varoma, coprire con carta alluminio e relativo coperchio. Versare l'acqua nel boccale con una fetta di limone, posizionare il varoma e cuocere 30 min temp varoma vel 1-2.
Servire freddi.

## SORBETTO DI POMPELMO E GIN

**Ingredienti per 5-6 persone**
Succo di 3 pompelmi
Scorza di 1 pompelmo
1 limone
200 g di gin
200 g di zucchero
400 g di acqua

Versare nel boccale acqua e zucchero 6 min 100° vel 1. Aggiungere la scorza gialla del pompelmo e lasciare intiepidire; unire il succo dei pompelmi e del limone e lasciare raffreddare.
Togliere la buccia del pompelmo, unire il gin e versare nelle vaschette del ghiaccio.
Tenere la vaschetta nel congelatore fino a quando non sarà ghiacciata.
Mettere i cubetti nel boccale e frullare da vel 5-9 spatolando.
Servire decorando con spicchi o fettine di pompelmo a piacere.

## CREMA DI PERE ALLA MENTA

**Ingredienti per 4 persone**
2 grosse pere decana ( circa 600 g)
50 g di zucchero

70 g di succo di arancia
1 scorzetta di arancia
3 chiodi di garofano
4-5 foglie di menta (per decorare)
50 g di vino bianco secco
50 g di liquore all'arancio

Sbucciare le pere, tagliarle a tocchetti e metterle nel boccale con il vino e lo zucchero, cuocere 7 min 100° vel 1, aggiungere il succo d'arancia, il liquore, i chiodi di garofano e continuare la cottura 10 min 100° vel 2.
Frullare 30 sec vel 5.
Servire in coppette decorando con le foglie di menta.

## MELE RIPIENE AL CARTOCCIO

**Ingredienti per 4 persone**
6 mele
1 uovo
2 cucchiai di mandorle in polvere
2 cucchiai di panna fresca
1 cucchiaio di zucchero a velo
20 g di burro
1 cucchiaino di cannella in polvere
1 cucchiaio di rum
succo di 1 limone
1 pizzico di sale

Sbucciare due mele, togliere il torsolo e tagliarle a pezzetti. Metterle nel boccale con il succo di un limone, il burro, lo zucchero, la cannella, un pizzico di sale 10 min 80° vel 1. Frullare 10 sec vel 3-4, lasciare intiepidire e unire la panna, le mandorle, il tuorlo, il liquore e mescolare 10 sec vel2. Mettere da parte.
Lavare le mele rimaste, asportare la calotta superiore e il torsolo, svuotarle parzialmente della polpa e spruzzarle internamente con del succo di limone perché non anneriscano e riempirle con il composto. Sistemare le mele in un cartoccio di carta da forno bagnata e strizzata bene e posizionarlo nel varoma chiudendolo bene. Mettere nel boccale 600 g di acqua, una fetta di limone, posizionare il varoma e cuocere 30 min temp varoma vel 1. Aprire il cartoccio e cuocere altri 3 min temp varoma vel 1.
Servire tiepide.

## CREMINI AL MANDARINO

**Ingredienti per 4 persone**
140 g di zucchero
6 mandarini
3 uova
2 cucchiai di panna da cucina
1 dl di panna fresca
1 cucchiaio di maizena
1 fetta di limone
500 g di acqua

Ricavare dai mandarini 3 dl di succo, versare nel boccale con lo zucchero, le uova e la maizena, preparare una crema 6 min 70° vel3.
Incorporare la panna, versare in coppette (tipo cuki) e metterle nella campana del varoma, coprendole con carta d'alluminio.
Versare l'acqua nel boccale con una fetta di limone posizionare il varoma e cuocere 30-40 min temp varoma vel 1.
Servire i cremini freddi accompagnati da una salsa di cioccolato e fettine di mandarino.

## TORTA MACEDONIA

**Ingredienti per 4 persone**
1 pan di Spagna
500 g di ricotta fresca
150 g di zucchero
250 g di macedonia di frutta mista
1 yogurt denso naturale
3 arance solo il succo
la buccia grattugiata di una arancia

Tagliare il pan di Spagna a metà, bagnare con il succo di arancia ( o a piacere il liquore).
Nel boccale zucchero e buccia di arancia 20 sec vel turbo, aggiungere ricotta e yogurt amalgamare 30 sec vel 3.
Farcire il pan di Spagna con la frutta chiudere con l'altra metà e completare ricoprendo con la mousse di ricotta.
Porre in frigorifero per circa 8 ore prima di servire.

## CREMA DI ZUCCA ALLA FRUTTA

**Ingredienti per 4 persone**
500 g di polpa di zucca

200 g di frutta mista secca ( noci, nocciole, mandorle, papaia, cocco e altro a piacere)
100 g di amaretti
50 g di miele
200 g di acqua
2 cucchiai di liquore amaretto o mandorla amara

Tritare la frutta fresca 10 sec vel 3-4 e mettere da parte
Tritare gli amaretti e metterli da parte.
Decorticare e tagliare la zucca a tocchetti, versare l' acqua nel boccale, i pezzetti di zucca un pizzico di sale e cuocere 15-20 min 100° vel 1, raffreddare e frullare 1 min vel 5-8, aggiungere il liquore, una parte di frutta tritata, il miele e gli amaretti, amalgamare 10 sec vel 2.
Servire in coppette, guarnire con la frutta rimasta.

# INDICE

## ANTIPASTI

Zucchine trifolate
Uova in crema di carciofi
Crostini alla crema di carciofi e tonno
Rape glassate
Gamberi al sedano e mela
Cipolle rosse ripiene
Pere alla crema di ricotta
Gamberi al profumo di arancia
Uova in rosso
Mousse di caprino

## INSALATE

Insalata di farro e pollo
Verdure al profumo di timo e limone
Insalata di cavolfiore e mandorle
Insalata golosa
Cavolfiore agli agrumi
Indivia alle arance e mandorle
Insalata di lattuga romana e acciughe
Insalata di orzo mirtilli e ananas
Insalata di mare rossa e gialla
Insalata di farro carote e frutta

## PRIMI

Penne ai porri
Crema di zucchine con filetti di sogliola (o platessa)
Tagliatelle alla verza e speck
Farfalle con piselli e polpettine di ricotta
Zuppa di pesce e funghi
Minestra di zucca e fagioli
Crema di lenticchie con verza e salamelle
Polenta con ragu' di legumi
Minestra di farro
Spaghetti ai tre colori
Zuppa di sedani e baccalà
Linguine ai fiori di zucca e zafferano
Minestra di broccoletti e rossi di soja
Farfalle alla carbonara di tonno
Minestra di broccoli e ali di razza
Minestra di riso e lenticchie

## SECONDI

Tortino di alici
Trota a sorpresa
Agnello e ceci in cous cous
Spezzatino alle olive
Manzo alle prugne con purè di patate
Fettine di pollo in salsa di melograno
Polpettone al sugo di funghi
Lonza di maiale alle mele
Involtini di tonno fresco
Polenta fagioli e formaggi
Pesce con orzo
Spezzatino di agnello in salsa di ricotta
Baccalà con cavolfiore e olive
Involtini al profumo di arancia
Braciole con salsa di pere
Pollo cicoria e noci in insalata

## DOLCI

Budino di amaretto
Budini di semola
Bavarese di nocciola
Crem caramel ai mirtilli
Sorbetto di pompelmo e gin
Crema di pere alla menta
Mele ripiene al cartoccio
Cremini al mandarino
Torta macedonia
Crema di zucca alla frutta